

الفصل الثاني

الإطار النظري للبحث والدراسات السابقة

أولاً : القراءات النظرية

التوكيدية

- السلوك التوكيدي
- خصائص السلوك التوكيدي
- فوائد واستخدامات التوكيدية
- محددات السلوك التوكيدي
- تنمية السلوك التوكيدي
- الأساليب المستخدمة للتدريب على السلوك التوكيدي
- خطوات التدريب على إتباع السلوك التوكيدي
- طرق قياس السلوك التوكيدي

تماسك الفريق

- معايير الجماعة
- صفات الجماعة المتماسكة
- أهمية العلاقات الاجتماعية داخل الجماعة
- وظائف الجماعة
- أهمية التماسك
- مظاهر التماسك في الفريق
- مصادر تماسك الفريق
- مقاييس تماسك الجماعة
- دور المدرب واللاعب في تماسك الفريق
- مشكلات الجماعة وعوامل عدم تماسك الفريق الرياضي
- علاقة السلوك التوكيدي بتماسك الفريق

كرة اليد

- كرة اليد
- أهمية رياضة كرة اليد للناشئين
- مرحلة الناشئين في كرة اليد وعلاقتها بالسلوك وتماسك الفريق

ثانيا : الدراسات السابقة

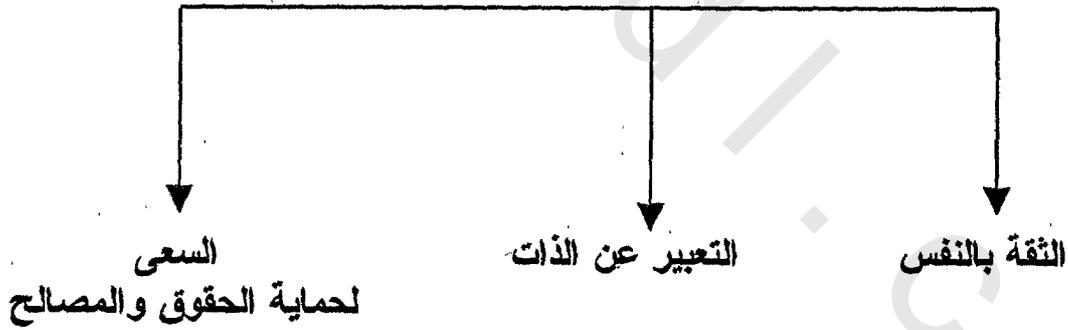
- دراسات فى مجال السلوك التوكيدى
- دراسات فى مجال تماسك الفريق
- التعليق على الدراسات السابقة

الفصل الثانى الإطار النظرى للبحث

أولاً: القراءات النظرية التوكيدية

التوكيدية هي القدرة على التعبير عن أى إنفعال فيما عدا التعبير عن إنفعال القلق (١٦ : ٢٩٦)، فهي تختلف عن القلق الذى يسبب مخاوف الأشخاص والعجز فى التعبير عن المشاعر فى مواقف الاتصال بالناس وإخفاء الرغبة فى الشكوى من تصرف سخيى وإرغام الفرد نفسه على البقاء فى جماعة مملّة وأيضاً عدم التعبير عن حبه واستمتاعه بالأشخاص وبالأشياء الجميلة (١٥ : ٢٠٣) . والتوكيدية تهدف إلى إخفاء القلق والقضاء عليه فالفرد لا يمكن أن يكون توكيدياً وقلقاً فى نفس الوقت (١٦ : ٢٩٧). فالشخصية التوكيدية هي شعور الفرد بالثقة بنفسه وسعيه للتعبير عن ذاته فى الوسط الذى يعيش فيه والعمل على حماية مصالحه وحقوقه ، والشكل التالى يوضح ذلك :

ركائز الشخصية التوكيدية



شكل (١) ركائز الشخصية التوكيدية

١- الثقة بالنفس

هي مفتاح إظهار المواهب والكفاءات وبدونها تبقى قدرات الإنسان كامنة متوقفة حيث ينطوى كل إنسان على قدرات هائلة لا يلتفت إليها أو يشك فى وجودها ويتردد فى إستخدامها بسبب ضعف الثقة بالنفس . ونجاح الإنسان فى بناء علاقات سليمة متكافئة مع الآخرين

يعتمد على ثقته بنفسه أما الهروب عن التعامل مع الآخرين أو الخوف من الارتباط بهم أو الفشل في إدارة العلاقة معهم كل ذلك من مظاهر وأعراض ضعف الثقة بالنفس . وأيضاً حينما يواجه إنسان مصاعب الحياة ومشاكلها في الميادين المختلفة فإن أهم سلاح يتكئ عليه في المواجهة هو الثقة بالنفس وبمقدار توفرها تكون درجة صموده ومقاومته (٥٩) .

٢ - التعبير عن الذات

التعبير عن الذات هو أن يمتلك الإنسان شجاعة الإفصاح عن مشاعره السلبية والإيجابية بالطريقة المناسبة . وعند انخفاض مستوى التوكيدية يتردد الإنسان ويتهيب من إبداء مشاعره بسبب حالة من الخوف أو الخجل ، فالبعض من الناس يصعب عليهم التعبير عن رضاهم أو انزعاجهم تجاه الآخرين بينما يعيش إحتقاناً داخلياً بتلك الأحاسيس والمشاعر ، والأمر الأهم هو شجاعة إبداء الرأي التي يفقدها ضعاف الشخصية بينما يتحلى بها نوى الشخصية التوكيدية (٥٩) .

٣ - السعى لحماية الحقوق والمصالح

قد تتعرض الحقوق والمصالح للمصادرة والانتقاص من قبل المعتدين والطامعين ولايصونها ويحفظها إلا حرص الإنسان عليها ودفاعه عنها ، وهذا مايمثل السعى لحماية الحقوق والمصالح (٥٩) .

وعند انخفاض مستوى توكيد الفرد فإنه يتعرض إلى مشكلات يعانى منها ، ومن هذه المشكلات الآتى :

- شكاوى بدنية واضطرابات سلوكية

إن عجز الفرد في التعبير عن مشاعره السلبية في المواقف التي تستوجب ذلك يؤدي إلى عدم تفريغ شحنة التوتر المصاحبة له مما ينتج عنه بعض الآثار السلبية ، فالفرد غير التوكيدي يصعب عليه إظهار ما يحمله من هموم وما يشعر به من معاناة ويميل إلى إخفاءها بداخله ويؤدي ذلك إلى ظهور بعض الأضرار النفسية والبدنية (١٢ : ٢٥) .

- صعوبات في العلاقات الشخصية

ومن أكثر هذه الصعوبات شيوعاً الخشية من مواجهة الآخرين وصعوبة التعبير عن المشاعر الإيجابية نحو الآخرين والتعبير عن الآراء

الشخصية في حضورهم ، والعجز عن التصدي لمحاولات الآخرين استغلال الفرد وصعوبة إقامة علاقات وثيقة وصحية مع الآخرين (١٢ : ٢٨، ٣٠) وهنا يجب على المدرب أن يتقرب من اللاعب الذى يشعر أنه يعانى من هذه المشكلة ويعمل على سماع رأيه ووجهة نظره حتى يساعده على إبداء رأيه أمام الآخرين .

- مشكلات وصعوبات فى العمل

يوجد العديد من المشكلات والصعوبات فى العمل مثل (اجتياز مقابلة الترشيح للعمل - تزايد ضغوط العمل وصعوبة مواجهتها - التحرش بالمرأة العاملة) يصعب على الإنسان مواجهتها ويكون التعامل معها بطريقة صحيحة ناتجة عن الخضوع والسلبية فى المواقف المختلفة (١٦ : ٢٩٧) ، (١٢ : ٣١ ، ٣٣).

- مشكلات ناتجة عن عدم التوافق الأسرى

إن وجود مشكلات ناتجة عن عدم التوافق الأسرى وضعف العلاقات الأسرية مثل (ضعف الروابط الوجدانية بين أفراد الأسرة وانقطاع الحوار - الانفجارات الانفعالية المتبادلة سواء بين الوالدين أو بين الأخوة - الطلاق - هروب الأبناء) يكون نتيجة غياب العديد من الممارسات الإيجابية التى يكون لها دور بارز فى تجنب ظهور تلك المشكلات والتغلب عليها (١٦ : ٢٩٧) ، (١٢ : ٣٦) ويمكن أن تظهر مثل هذه المشكلات فى الملعب بعدة أشكال مثل لاعب منطوى أو لاعب شرس عدوانى ، وهنا يظهر واجب المدرب فى أن يحتويها ويعالجها.

السلوك التوكيدى

يوجد العديد من المفاهيم التى تناولت السلوك التوكيدى ، فمنها مايعتبره " مجموعة من الأنماط السلوكية اللفظية غير اللفظية السالبة والموجبة يستجيب بها الفرد للأشخاص الآخرين (كالأقران ، الوالدان ، الأشقاء ، المعلمون) فى تفاعلاتهم الشخصية " (٣٢ : ١٥٤) ومنها ما يوضحه بأنه " مهارة اجتماعية تمكن الفرد من الدفاع عن حقوقه والتعبير عن مشاعره وأرائه بطريقة تلقائية وملائمة اجتماعياً شريطة احترام حقوق الآخرين " (٥٤) ومنها ما يفسره بأنه " السلوك الذى يحفظ للإنسان حقوقه ويمنعه من التعدى على حقوق الآخرين " (٥٣).

مما سبق يتضح أن السلوك التوكيدى هو أحد أفضل أنواع سلوك الإنسان خلال حياته الاجتماعية حيث أنه يتيح للفرد التعبير عما بداخله

من مشاعر إيجابية وسلبية بطريقة تلقائية وبحرية والدفاع عن حقوقه دون تعدى على حقوق الآخرين وإنكارها .

ويمكن فهم الفروق بين بعض أنواع مختلفة من السلوك من خلال عرض المثال التالي الذى يوضح استجابة كل نوع من السلوك لأحد المواقف ، فمثلا عندما يطلب منك أحد زملاء كتابك أثناء امتحاناتك :

١- السلوك الانسحابى

" حسناً " وتعطيه الكتاب وهنا ألحقت الضرر بنفسك .

٢- السلوك العدواني

" عندى إمتحان " وتقولها بصوت مرتفع ونظرات حادة .

٣- السلوك التوكيدى

" كنت أتمنى إعارتك الكتاب ولكن عندى إمتحان " والصوت هادئ وواثق فالتوكيدى يكسب نفسه قد يخسر البعض ولكنه كسب الأهم نفسه (٥٣) .

خصائص السلوك التوكيدى

يرى طريف شوقى فرج (١٩٩٨) أن خصائص السلوك التوكيدى تتضمن الآتى :

١ - فعاليته نسبية

ليس من الضروري أن يكون السلوك التوكيدى فعالاً دائماً حيث أنه من المحتمل أن تكون له عواقب سلبية تجلب على الفرد المزيد من المتاعب ، ففي بعض الحالات لا يتقبله الآخرون ويحجبون الدعم عن الشخص الذى يصدره بل ويعاقبونه .

٢- قابل للتعلم

فهو سلوك قابل للتعلم إما بطريقة نظامية بواسطة برامج التدريب التوكيدى ، أو بطريقة ذاتية حيث يرتقى من خلال الخبرة التى يكتسبها الفرد عبر حياته ومحاولاته للتعرض للخبرات التى تساعد على تحسين مستوى توكيده .

٣- يتضمن عناصر لفظية وغير لفظية

يوصف بأنه وسيلة للتعبير عن مشاعر الفرد وأراءه فى صورة إستجابة لفظية مثل (أنا لا أوافق على ما تقوله) ، أو غير لفظية مثل (وضع إصبع السبابة اليمنى فى وضع متعامد على الفم لتحذير من

يتحدث معه بطريقة غير لائقة من الاستمرار في ذلك) ، وعادة ما يتصاحب هذان العنصران معا لأن السلوك التوكيدي يعد محصلة لكل من مكوناته اللفظية وغير اللفظية (١٢ : ٥٧-٥٨) .

٤- مراعاة حقوق الآخرين

إن الشخص عندما يسلك بطريقة توكيدية فإنه يأخذ في إعتباره ضرورة مراعاة مشاعر وحقوق الآخرين مع حق الفرد في التعبير عن ذاته بطريقة لا تؤذي الآخرين والسماح لهم بنفس الحقوق التوكيدية (٣٩ : ١١١) ، (١٢ : ٥٦) .

فوائد واستخدامات التوكيدية

يمكن عرض فوائد واستخدامات التوكيدية في الآتي :

- ١ - تعبير الفرد عن مشاعره بطريقة طبيعية وملائمة .
- ٢ - إحداث تغييرات في أسلوب حياة الفرد وخاصة في مجال العلاقات الشخصية المتبادلة (١٤ : ١٦٠) .
- ٣ - الدفاع عن الحقوق الشخصية الفردية والمشروعة .
- ٤ - التصرف وفق مقتضيات ومتطلبات التفاعل .
- ٥ - التعبير عن الانفعالات والمشاعر بحرية أى الحرية الانفعالية .
- ٦ - التصرف من منطلق نقاط القوة في الشخصية وليس نقاط الضعف بحيث لا يكون الفرد ضحية لأخطاء الآخرين أو الظروف .
- ٧ - تتضمن قدراً من الشجاعة وعدم الخوف من أن يعبر الفرد عن شعوره الحقيقي بما في ذلك القدرة على رفض المطالب غير المعقولة أو الضارة بسمعة الإنسان وصحته .
- ٨ - التحرر من مشاعر الذنب غير المعقولة أو تأنيب النفس عند رفضنا لهذه المواقف أو استهجاننا للتصرفات المهينة .
- ٩ - القدرة على اتخاذ قرارات مهمة وحاسمة وبسرعة مناسبة وبكفاءة عالية .
- ١٠ - القدرة على تكوين علاقات دافئة والتعبير عن المشاعر الإيجابية خلال تعاملنا مع الآخرين وفي الأوقات المناسبة .
- ١١ - القدرة على الإيجابية والتعاون وتقديم العون .
- ١٢ - القدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية وما تفرضه علينا أحياناً من تصرفات لا تتلائم مع قيمنا .

١٣- المهارة فى معالجة الصراعات الاجتماعية وما يتطلبه ذلك من تقديم شكوى والتفاوض والإقناع والوصول إلى حل وسط (٥٧) .

ولإرتفاع مستوى السلوك التوكيدى لدى الفرد بعض المزايا هى :

- ١ - إقامة علاقة شخصية وثيقة .
- ٢ - مواجهة المواقف المحرجة والتخلص من المأزق بكفاءة .
- ٣ - التقليل من التوتر الشخصى الزائد للاستمتاع بالحياة .
- ٤ - انتشار المشاركة الاجتماعية (١٢ : ٣٩) .
- ٥ - يعطى الفرد شعوراً أكبر بالراحة ويصبح الفرد أكثر قدرة على تحقيق ميزات اجتماعية هامة وبالتالي يحصل على رضاء أكبر فى الحياة (٣٩ : ١١٢) .

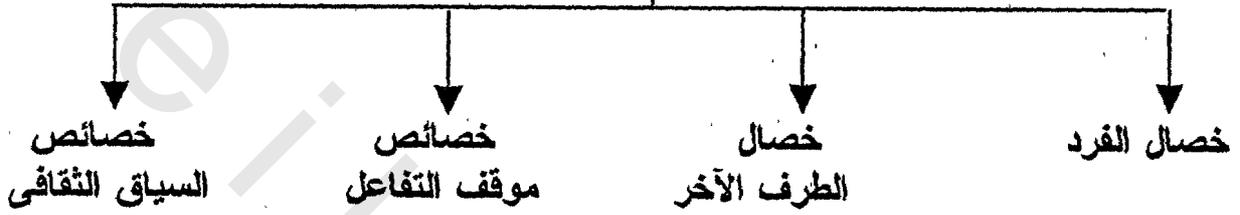
ومن جانب آخر نجد أن هناك بعض المزايم الخاطئة عن التوكيدية ، فيشير عبد الستار إبراهيم (١٩٩٤) إلى أنه قد يسئ بعض الأخصائيين النفسيين استخدام السلوك التوكيدى وذلك بتدريب مرضاهم على العدوان والغضب والرفض (١٥ : ١٨٨-١٨٩) . ويضيف إلى أنه من خلال التعامل مع المرضى النفسيين يلاحظ أن البعض منهم خاصة فى البدايات الأولى من التدريب على تأكيد الذات قد يسلكون أو يتصرفون على نحو عدوانى صاخب مع الآخرين أى قد يفسر البعض منا التوكيدية تفسيراً سلبياً خاطئاً . ومن ثم تصبح التوكيدية بالنسبة لهذا البعض مرادفة للغضب والصياح والتسلط ومواجهة الآخرين بعيوبهم والإلحاح فى الطلبات المعقولة أو غير المعقولة بينما التوكيدية فى معناها الصحيح لا تتضمن هذا المعنى السلبى . ولهذا يجب أن يفهم المريض أن من متطلبات التدريب على التوكيدية أن يتبع الآتى :

- يتجنب نوبات الحنق وثورات الغضب .
- وضع حدود للغضب .
- من المهارة أن يتوقف عن الدخول فى المناقشات والمواجهات الحمقاء خاصة التى تتضمن تعدياً على أدوار الآخرين .
- كما يجب أن يكون على قدر من المهارة وتأكيد الذات بحيث يرفض أن يجذبه أحد إلى مجادلة أو مناقشة غير مجديه — كذلك يكون على وعى بالنصائح التى يتبرع بإعطائها له المحيطون به .
- التعرف على مصادر الضعف والقوة فى التعامل مع الآخرين (٤٩) .

محددات السلوك التوكيدي

إن المتغيرات التي تمارس تأثيراً على السلوك التوكيدي متعددة وتتباين من حيث حجم التأثير ، وحتى يسهل التعامل معها بوضوح فإنه تم تصنيفها إلى أربع فئات ، والشكل التالي يوضح ذلك :

محددات السلوك التوكيدي



شكل (٢) محددات السلوك التوكيدي

(١٢ : ١٤٤ ، ١٤٥)

١- خصال الفرد

تحتوي خصال الفرد باعتبارها أحد مكونات السياق التفاعلي الذي يحدث من خلاله السلوك التوكيدي على عدد من المتغيرات ، والتي تتمثل في ثلاث فئات هي (متغيرات ديموجرافية - متغيرات مزاجية - متغيرات معرفية) .

٢- خصال الطرف الآخر

من المتوقع أن تسهم المتغيرات المتصلة بالطرف الآخر بقدر معين في تشكيل السلوك التوكيدي للفرد ، وتتمثل أبرز هذه المتغيرات في (نوع الطرف الآخر - ألفة الفرد للطرف الآخر - سلطة الطرف الآخر) .

٣- خصائص موقف التفاعل

وتتمثل في (مناسبة التفاعل - مستوى صعوبة الموقف - إدراك الموقف - أهمية الموقف - الحضور المكثف للآخرين في الموقف) .

٤- خصائص السياق الثقافي للتفاعل

من المفترض أن تمارس الثقافة دورها في تشكيل مستوى التوكيد من خلال أطراف متعددة (كالأسرة - المدرسة - الجماعة - النظام السياسي - المؤسسة الدينية) . وتقوم هذه المؤسسات بمهمتها في التنشئة التوكيدية بواسطة مجموعة من الآليات والتي من أبرزها (وفرة النماذج

التوكيدية فى الثقافة - التدريب على التوكيد - الجزاء الثقافى للتوكيد -
إتجاهات الثقافة نحو التوكيد - التتميط الثقافى للتوكيد).

(١٢ : ١٤٦ ، ١٧٠ ، ١٨٢ ، ١٨٣ ، ١٨٧ ، ١٨٨)

تنمية السلوك التوكيدى

هناك طريقان يمكن اتباعهما لتنمية السلوك التوكيدى بما يحقق
مزيدا من التوافق الشخصى والاجتماعى هما كالاتى :

١- التنمية النظامية

تتمثل فى برامج التدريب التوكيدى التى يقوم بتصميمها وتنفيذها
أشخاص مدربون من المتخصصين فى مجال الإرشاد النفسى وتعديل
السلوك ، وهى ذات طابع موجه يتحدد فيها دور الشخص تبعاً لما
يوصى به ويقترحه المدرب .

٢- التنمية الذاتية

ويقوم فيها الفرد بدور جوهري ، حيث يعد خطة مبدئية بنفسه
لتدريب ذاته على التوكيد مستعيناً ببعض المبادئ العامة التى تتبلور فى
عقله من خلال قراءات خاصة بالموضوع ، بالإضافة إلى ملاحظة
السلوكيات التوكيدية للآخرين وتحليله للمواقف التى يواجهها وكذلك
الآخرين والتى يشتق منها العديد من الأساليب للتعامل مع المواقف
المتفردة أو المتشابهة التى يتعرض لها (١٢ : ٣٠٣) مثال قبل المباراة
يقوم المدرب بشرح خطط اللعب وتوزيع الأدوار على اللاعبين
وتوضيحها وتدريبهم على هذه الأدوار بعد ذلك يتخيل كل لاعب تصرفه
المطلوب منه فى أى تصرف فى المواقف المختلفة أثناء المباراة .

الأساليب المستخدمة للتدريب على السلوك التوكيدى

أشارت بعض المراجع العلمية إلى فعالية بعض أساليب التدريب
على السلوك التوكيدى ، ومن هذه الأساليب مايلى :

١- الأساليب اللفظية

تعويد الفرد وتشجيعه على التعبير المتعمد عن انفعالاته بطريقة
تلقائية . ويطلق على هذا الأسلوب اسم (تنطيق المشاعر) أى تحويل
المشاعر والانفعالات الداخلية إلى كلمات صريحة منطوقة وبطريقة
تلقائية ويجب أن يكون ذلك فى حالات الانفعالات المختلفة .

٢- التعبير الحر عن الرأي .

عندما يختلف الفرد في الرأي مع أحد الأشخاص يجب أن يظهر مشاعره الحقيقية بدلاً من الموافقة عليها وأن يبدي معارضته بشكل واضح .

٣- التأكيد السلبي

يستخدم هذا الأسلوب عندما يرى الفرد أنه بالفعل قد قام بخطأ ما يستحق اللوم والنقد من زميل أو رئيس أو قريب . عندها يعترف بوضوح أنه أخطأ على أن يبين بوضوح أيضاً أن خطأه لا يعنى أنه سيئ أو أنه فعل ذلك بسوء قصد أو نية .

٤- التعمية والإرباك

يستخدم هذا الأسلوب مع أحد الأشخاص الذين يتطوعون للجدال والمعارضة والنقد لأشياء هي من شأن الفرد . ويكون بأن يقول له أنك على حق فيما تقول ، ولكن بطريقة توضح له أن موافقته لا تعنى موافقة حقيقية على محتوى ما يقوله بقدر ما تعنى أنه غير مستعد لتبادل الحوار أو الحكم على موضوع هو من شأنه فحسب .

٥- لعب الأدوار

القيام بالتدريب على أداء دور أو سلوك جديد قبل حدوثه الفعلي (١٥ : ٢١٠ - ٢١٤ ، ٢٢٠) .

٦- التعبير عن الموافقة عندما يمتدح بعض الأشخاص آراءك أو زيك أو شخصيتك لا تترك نفسك للشعور بالحرج بل أظهر موافقتك على ذلك . لأنك بهذا تدعم لديهم البحث عن الإيجابيات فيك وبالتالي فإنك ستلقى عائداً إيجابياً من المجتمع .

٧- التدريب على إحداث استجابات بدنية ملائمة

من الضروري أن تكون الاستجابات البدنية ملائمة للكلمات مثل نبرة الصوت إذ يجب أن يكون الصوت قاطعاً مسموعاً واثقاً ، وكذلك التقاء العيون مباشرة بالأشخاص أو الشخص الذين نتحدث معهم وأيضاً وضع الجسد وحركاته . كما أنه من المهم أن تكون تعبيرات الوجه ملائمة للمشاعر ولتحتوى الكلام .

٨- تفريغ إنفعالات الآخرين الغاضبة من قوتها

تجاهل الحديث أو المضمون السلبي الذي يأتيك من شخص آخر بصورة انفعالية غاضبة ، وألا تجعل تركيزك على موضوع الحديث أو

محتواه الغاضب ولكن على حقيقة أنه هنا غاضب وإنك لذلك السبب غير مستعد للدخول معه في مناقشة ما لم يهدأ الآن أو فيما بعد .

٩- التساؤل السلبي

يستخدم هذا الأسلوب مع الأصدقاء والأشخاص الأعزاء لدى الفرد وعندما يريد إنهاء خلافات في علاقته بهم، وذلك بأن يستجيب للنقد الموجه له من شخص مهم بأن يسأله مزيداً من الانتقادات المماثلة التي سببت ضيقه حتى ينتهي من سرد كل ما يأخذه عليه. وعندئذ يبدأ في تلخيصها من جديد ويشكره على اهتمامه (٥٨).

١٠- إيقاف التفكير

يوضح هذا الأسلوب إلى أنه مادام بإمكان الفرد أن يفكر بصورة إرادوية في موضوع معين في لحظة ما ، إذن فبمقدوره أيضاً استبعاد التفكير في موضوع ما في لحظة بعينها .

١١- الإصرار على الموقف

يتمثل في إصرار الفرد على الموقف الذي يعتقده صائباً حول مسألة معينة حتى يفتتق الفرد الآخر من انعدام احتمال أن يحصل على ما يريد من الشخص المصر مع مراعاة عدم إغضاب الشخص الآخر بقدر المستطاع .

١٢- التريث

وتكمن أهمية هذا الأسلوب في أنها تقي الفرد من التسرع في التحدث عن أشياء ليس من مصلحته أن يعرفها الشخص الآخر لأنها قد تستخدم ضده فيما بعد (١٢ : ٢٤٠ ، ٢٤٢ ، ٢٤٨).

١٣- استخدام ضمير المتكلم بدلاً من ضمير الغائب (٣٩ : ١١٣) .

١٤- الواجب المنزلي

وتعنى إلى أي مدى يستخدم العملاء ما تعلموه من مهارات توكيدية داخل نطاق العلاج في مواقف الحياة الواقعية (٥٤) .

خطوات التدريب على اتباع السلوك التوكيدي

التدريب على إتباع السلوك التوكيدي يعنى مجموعة متنوعة من الأساليب والإجراءات المعرفية والسلوكية الهادفة إلى تعديل معارف وسلوك الأفراد ، وتدريبهم على التعبير عن مشاعرهم وأفكارهم وأرائهم والدفاع عن حقوقهم ومواجهة من يستغلونهم بطريقة ملائمة دون انتهاك لحقوقهم (١٢ : ٢٠١) .

تحتاج بعض الفئات من الأشخاص لخدمات التدريب على التوكيدية حتى يمكنهم مسايرة الحياة بأسلوب سوى يضمن لهم حقوقهم دون تعدى على حقوق الآخرين ومن هذه الفئات المستهدفة :

١- الخجولون

إن الخجل من المشكلات المنتشرة في شرائح اجتماعية عديدة وكذلك في مراحل عمرية بعينها ، وحيث أن التوكيد مضاد للخجل والتهيب من الآخرين فإن من شأن التدريب على التوكيد الإسهام في مواجهة تلك المشكلة .

٢- المتعاطون

إن العديد من مشكلات المدمنين تكمن في عجز الفرد منهم عن رفض الضغوط التي يمارسها الآخرون لبدء التعاطي والتي قد تأتي في صورة دعوة أو تهديد .

٣- المكتئبون

إن المكتئب ييخس ذاته ويميل إلى تضخيم مخاوفه ونقاط ضعفه وإن خوفه من مواجهة الآخرين والمواقف التي يتعرض لها ، تؤدي إلى التدهور والاكئاب وهي من أكثر الأمراض النفسية شيوعاً في العالم .

٤- المقدمون على الانتحار

قد يعزى الانتحار إلى عدم قدرة الفرد على مواجهة المشكلات والمواقف الصعبة التي يتعرض لها ، فهو بحاجة إلى تنمية مهاراته التوكيدية حتى لا تتصاعد وتؤدي إلى تلك النهاية المأساوية .

٥- النساء

النساء في مراحلهن العمرية المختلفة في حاجة إلى التوكيد المرتفع لأداء أدوارهن المتعددة .

٦- المسنون

تتسم مرحلة الشيخوخة بشعور الفرد بالعجز والضعف البدني والاعتماد على الآخرين وفقدان الصداقات والتقاعد عن العمل ، والتي لها آثاراً سلبية بدرجة كبيرة على المسن وخاصة في حالة انخفاض مستوى توكيده .

٧- الأطفال

إن الأطفال أكثر فئات المجتمع أهمية إلا أنهم أضعفها وأكثرها عرضة للإساءة سواء من قبل الراشدين أو أقرانهم والتي تتمثل في

الاعتداء البدنى والاستغلال فى أعمال غير قانونية والاعتداءات الجنسية ويعتبر التدريب التوكيدى وسيلة لحمايتهم من أن يكونوا ضحايا لمثل تلك الاعتداءات.

٩- المديرين

نظراً للطبيعة المنفردة لأدوار المديرين والتي تتطلب منهم توجيه الآخرين ووضع ضوابط لتفاعلاتهم ورسم حدود يجب الالتزام بها وتوجيه نقد لما يصدر أمامهم من سلوكيات وأفعال غير ملائمة والإصرار على ما يروونه جيد.

١٠- رجال الشرطة

إن مهام رجال الشرطة التي تتطلب مواجهة العديد من المواقف العصبية والعمل فى ظل ضغوط وظروف شاقة وهذه المهام يمكن أداؤها بصورة أفضل من خلال التدريب التوكيدى .

١١- الأقليات

يساعد التدريب التوكيدى أبناء الأقليات على التحرر من التوتر الزائد والتعبير عن مشاعرهم وأرائهم بتلقائية .

١٢- العاملون فى المؤسسات التطوعية

إن التوكيد يمكن الفرد من اجتياز ومواجهة الصعوبات التي تنشأ بعد شروعه فى أداء المهام التطوعية.

١٣- المدربون التوكيديون أنفسهم

مع انتشار التدريب التوكيدى وتزايد الإقبال على الاستفادة منه ، أصبح من الضرورى تدريب المزيد من المدربين والمرشدين النفسيين على تطبيقه ويجب أن يكونوا مؤكدين لذاتهم حتى يفيدوا المتدربين بصورة أفضل (١٢: ٢٠٥ - ٢١٥) .

وعادة ما يتطلب التدريب على التوكيدية خمس خطوات مرتبة

على النحو التالى :

١- تحديد مناطق الضعف والمواقف التي تشعر فيها بضعف القدرة على التعبير عن المشاعر والافتقار إلى التوكيدية من خلال الملاحظة الذاتية أو باستخدام مقاييس التوكيدية المقننة .

٢- وضع هذه المواقف ومناطق الضعف مرتبة على حسب أهميتها فى قائمة شخصية للذات .

٣- مراقبة الذات في مختلف المواقف الاجتماعية التي تظهر فيها صعوبات التعبير أو السلوك التوكيدي .

٤- الممارسة التخيلية

تأتى بعد ذلك مرحلة الممارسة السلوكية للتوكيدية وتكون في البداية على المستوى التخيلي وعادة ما تتم الممارسة التخيلية للتوكيدية في أى وقت وبأكبر قدر ترغب فيه . وتبدأ جلسات التخيل التوكيدي بتركيز الذهن على موقف أو موقفين على الأكثر وليكن من الموقفان اللذان تختارهما في البداية من المواقف التي تتكرر كثيراً في حياتك ، وتستغرق الجلسات الأولى من جلسات التدريب ما يقرب من (١٥) دقيقة كل يوم وأن يكون ذلك في مكان هادئ تستطيع أن تركز فيه جيداً والأنتعرض فيه لكثير من المشتتات.

٥- الممارسة الفعلية والتقييم

وبعد ذلك يأتى دور الممارسة الفعلية للمهارة المكتسبة والتقييم وعادة ما يتم الانتقال إلى هذه المرحلة بعد أسبوع من الممارسة التخيلية. بالطبع لن تكون البداية بالقوة التي نتوقعها وقد يكون أداؤنا لما اكتسبناه بطريقة التخيل أخرق إلى حد ما ، وذلك بسبب الكثير من العوامل الخارجية التي يصعب حسابها تماماً في مواقف التخيل ، ومع ذلك فمن المؤكد أن الاستمرار في الممارسة سيؤدى إلى التحول المطلوب . وستحول التوكيدية تدريجياً إلى خاصية طبيعية غير مصطنعة كما كانت في بدايات التدريب (٤٩) .

طرق قياس السلوك التوكيدي

ابتكر الباحثون مجموعة من الطرق لكي يتمكنوا من قياس توكيد شخص بعينه في لحظة زمنية محددة ، ومن أكثر الطرق أهمية وشيوعاً مايلي :

١- التقرير الذاتي

وهي طريقة لتقييم مستوى التوكيد من خلال الحصول على معلومات من المبحوث المراد قياس توكيده حول سلوكه في المواقف المتنوعة التي تتطلب استجابة توكيدية .

٢- الملاحظة السلوكية

تعد الملاحظة بوصفها من أوليات طرق جمع البيانات ورصد السلوك الذى يعد المادة الخام للبحوث النفسية مكاناً هاماً بين طرق

البحث ، وعادة ما تتوقف أهمية ودقة البيانات المستمدة على مدى كفاءة القائمين بها .

٣- تقديرات المحيطين بالفرد

نظراً لبعض أوجه النقد التي توجه لأسلوب التقرير الذاتي والصعوبات التي تواجه الباحثين أثناء ملاحظة السلوك الفعلي للفرد، لذا تبني الباحثون أسلوباً إضافياً يتمثل في الحصول على تقدير المحيطين بالفرد عن طريق نجاحهم في الوصول إليهم والحصول على موافقتهم على التعاون معهم بأن يمدوا الباحثون بصورة واضحة نسبياً حول تصرفات الفرد التوكيدية (١٢ : ٩٨ ، ١٠٢ ، ١٠٦).

تماسك الفريق

يعنى تماسك الفريق شعور الأفراد بانتمائهم إلى الفريق والولاء له والتمسك بمعايير وعضويته وتحديثهم عنه بدلاً من تحديثهم عن أنفسهم وعملهم معاً في سبيل تحقيق هدف مشترك واستعدادهم لتحمل المسؤولية والدفاع عن الفريق (٢ : ١٥٠) لذا يجب أن تتوافر في جماعة الفريق بعض الشروط هي :

- ١- تتكون الجماعة من فردان أو أكثر يشتركون في معايير وقيم واحدة.
 - ٢- يعمل الفريق على إشباع حاجات أعضائه .
 - ٣- وجود هدف مشترك وواضح للفريق .
 - ٤- تخضع سلوكيات وتصرفات الأعضاء للقيم والمعايير السائدة في الفريق .
 - ٥- معرفة كل فرد لدوره وتشابك هذه الأدوار في تفاعل دينامي .
- (١٠ : ٢٣٩)

وللتماسك نوعان هما :

١- تماسك المهمة

المدى الذي يعمل من خلاله أعضاء الفريق معاً لتحقيق الهدف العام ، وهو الفوز بالبطولة والذي يعتمد إلى حد ما على التنسيق بين جهود الفريق .

٢- التماسك الاجتماعي

يوضح الدرجة التي يحب بها أعضاء الفريق بعضهم البعض وأيضاً استمتاعهم بصحبة بعضهم البعض (٢ : ١٥١) .

معايير الجماعة

تنظم الجماعة نفسها سواء كانت جماعات كبيرة أو جماعات صغيرة وهذا التنظيم يؤدي إلى أن يصبح لكل فرد الدور الذي ينبغي عليه أن يقوم به ، ولهذا الدور الذي يقوم به متطلبات محددة . كما أنها تتطلب أيضاً من الأفراد الانصياع لأساليب معينة للسلوك أى أن للجماعة متطلبات من أفرادها وهذه المتطلبات تنظم فى صورة مجموعة من المعايير التى تقبلها الجماعة وكلما كان الفرد أو الأفراد أكثر تقبلاً لهذه المعايير كلما لاقى استحساناً وقبولاً من الجماعة ويؤدى ذلك إلى تماسكها (١٣ : ٦٠).

صفات الجماعة المتماسكة :

- تتميز بعض الجماعات المتماسكة ببعض الصفات هى :
- ١- شعور الأعضاء داخل الجماعة بأن لديهم نوع من التمايز عن الجماعات الأخرى وهذا يؤدي إلى وحدة الجماعة وتماسكها.
 - ٢- أتسام الجماعة بالطابع المنظم والذي له نوع من البناء الداخلى الذى يحدد طبيعة الأدوار والمراكز ووسائل الاتصال وطبيعة السلطة (١٨ : ٢٦٦) .
 - ٣- الارتفاع بقيمة الجماعة من خلال أعضائها، أى العلو من قيمة العمل الجماعى .
 - ٤- إحساس الفرد بجذب الجماعة المستمر والقوى له لى يبقى عضواً فى الجماعة.
 - ٥- تميز الجماعة بروح معنوية مرتفعة .
 - ٦- زيادة عنصر المباداه لدى الأفراد المكونين للجماعة فى اقتراح الوسائل التى تمكنهم من حل مشكلاتهم وتحقيق أهدافهم .
 - ٧- إعتزاز وفخر كل أعضاء الجماعة المتماسكة بالإنتماء إلى هذه الجماعة بالذات .
 - ٨- تأكيد كل عضو فى الجماعة المتماسكة لولائه نحو الجماعة ونحو أهدافها (٥٦).

وللجماعة المتماسكة فوائد كثيرة تتمثل فى أن :

- ١- تقدم الجماعة المتماسكة لكل عضو من أعضائها مساندة قوية وفعالة كلما قابل العضو عارضاً مقلقاً .
- ٢- تزيد التوافق بين اتجاهات أعضاء الجماعة .

٣- تساعد الجماعة المتماسكة على جذب وتقويم أعضائها المعوقين لعملها.

٤- تزيد الجماعة المرتفعة التماسك من تحرك الجماعة نحو الأهداف المشتركة .

٥- تنمية روح التعاون الحر بين أعضاء الجماعة.

٦- تحقيق زيادة شعور أعضاء الجماعة إنتاجية أكبر مما هي عليه الآن .

٧- تشبع الجماعة المتماسكة حاجة العضو إلى الإنتمائية (٥٥) .
أهمية العلاقات الاجتماعية داخل الجماعة :

حدد عبد الله محمد عبد الرحمن (١٩٩٩) نقلاً عن أولسن Olsen

أهمية العلاقات الاجتماعية داخل الجماعة في الآتي :

١- يسعى الأفراد والجماعات لإقامة علاقات بينهم من أجل إشباع رضاهم النفسي مع الآخرين والتمتع بصحبة الآخرين عن طريق علاقات الصداقة والحب والإرتباط بالعمل .

٢- يخلق وجود العلاقات الاجتماعية نوعاً من المناخ الذي يعكس مجموعة الاهتمامات المشتركة بين الجماعات، وتمد أفرادها بالأساس الاجتماعي وخلق أهداف عامة يتفق عليها الجميع ووضع نموذج واضح لتفاعل الأفراد من أجل تنفيذ أهداف الجماعة.

٣- يستلزم وجود العلاقات الاجتماعية القوة والتنظيم وهما عنصران أساسيان لاستمرارية هذه العلاقات وضبط سلوك الأفراد والجماعات وتنظيم معاملاتهم واتجاهاتهم نحو الآخرين (١٨ : ٢٣٦).

كما أن للجماعة أهمية كبرى بالنسبة للفرد حيث :

١- تتكون الصداقات الجديدة المتعددة عن طريق التفاعل الاجتماعي.

٢- يتعلم الفرد الكثير عن نفسه وعن زملائه .

٣- يجد الفرد المتعة والرضا ضمن عمله في الجماعة .

٤- ينمو التفكير والتعبير عن النفس والقدرة على حل المشكلات .

٥- يشعر الفرد بالاعتزاز وتحقيق المكانة الاجتماعية .

٦- يستمد الفرد قوة هائلة وشعوراً بالأمن والاطمئنان وإشباع لحاجاته (١١ : ٨٠).

وظائف الجماعة

١- التخطيط

يلزم لكي تتجح الجماعة في مهمتها أن تصنع لها خططا محددة .

٢- التشريع

كل جماعة لابد أن تشرع فى اختيار الطرق والوسائل التى تمكنها من تنفيذ أهدافها .

٣- التعليم

من الوظائف الهامة التى تقوم بها الجماعة هو العمل على تنمية قدرات أعضاء الجماعة لإدارة شئونها وتوجيه نشاطها .

٤- اتخاذ القرار

لضمان اتخاذ القرارات الصحيحة يلزم إتباع الإجراءات التى تفسح المجال لاتباع القواعد البرلمانية .

٥- العمل

يجب أن تعمل الجماعة على تنفيذ الخطط الموضوعة، ويستلزم الأمر تحديد المسئوليات والتنسيق بين الأنشطة المختلفة وعمل جدول زمنى ووضع تقارير عن تقدم سير العمل .

٦- تحويل السلطات

يجب أن يكون لدى الجماعة الحق فى تحويل بعض المسئوليات والصلاحيات لبعض الأشخاص ولفترات محددة .

٧- التنفيذ

يجب أن يكون لدى الجماعة سجلات وتقارير وأدوات وتسهيلات تمكنها من مباشرة وتنفيذ نشاطاتها .

٨- التعيينات

يجب تحديد شخصيات أعضاء الجماعة وانتماءاتهم للجماعة وأن يعلموا بحقوقهم ومسئولياتهم .

٩- الضبط والتحكم

يجب أن يكون هناك نوع من التحكم والضوابط التى تسمح بتيسير أعمال الجماعة فى انسجام تام ووضع مصالح الجماعة فوق المصالح الفردية.

١٠- التقييم

يجب العمل على تقييم البرامج والأعمال التى تقوم بها الجماعة حتى يمكن بذلك التفرقة بين الجيد والسيئ واختيار الجيد منها (٣٨ : ١٠٤-١٠٥) .

أهمية التماسك

للتماسك أهمية كبرى للفرد والمجتمع تتضمن الآتى :

- ١ - بالنسبة للفرد تهيئة الجو المناسب للصحة النفسية للفرد .
- ٢ - بالنسبة للمجتمع يؤثر التماسك على الإنتاج فيزداد عندما يؤمن أفراد الجماعة بالهدف ويقل عندما تتور الجماعة معلنة إضرابها عن الهدف .
- ٣ - إن اعتزاز الفرد دائماً بانتمائه لجماعة متماسكة تعطيه السعادة وتكسبه الرضا والراحة وهذا الشعور بالرضا يجعله يتمسك بعضوية الجماعة ويبذل جهده فى سبيلها ويخضع لقراراتها ويتخذ معاييرها أسلوباً لحياته .
- ٤ - كلما ازدادت العلاقات الموجبة التى تدور فى المحيط الداخلى للجماعة ازداد تماسكها .
- ٥ - الجماعة المتماسكة تعبر فى تماسكها عن قوة اتحادها وهذه القوة تعتمد على سهولة تفاهم أفرادها وسرعة الوصول إلى قرارات حاسمة وتحويل هذه القرارات إلى أعمال .
- ٦ - إن الجماعة المتماسكة تستطيع مواجهة الأزمات الداخلية بسرعة والعمل على تصفيتها وعلاجها (٣١ : ٢٣ ، ٢٤) .

مظاهر التماسك فى الفريق

- ١ - مشاعر الصداقة والرضا ، فتزيد مشاعر الصداقة ويزيد الشعور بالرضا عن الجماعة وتبرير أى صعوبات تعترض الأفراد على نحو إيجابى .
- ٢ - الانصياع لمعايير الجماعة ، حيث تزداد قوة الالتزام بالقاعدة التى تتفق عليها الجماعة وقد يتفانى الأفراد ويضحون بمصالحهم الذاتية فى سبيل تحقيق هدف الجماعة .
- ٣ - عدم التفكك وقت الأزمات ، فكلما واجهت الجماعة أزمة تهددها تزداد الجماعة المتماسكة فى قوة تماسكها وعمل أفرادها على تحقيق الهدف الجماعى .
- ٤ - تحقيق الأهداف ، الجماعات عالية التماسك أكثر فعالية فى تحقيق أهدافها (٦ : ٥٤-٥٥) .

مصادر تماسك الفريق

- ١ - حسن اختيار أهداف الفريق .
- ٢ - وضوح الأهداف .
- ٣ - قبول الأهداف من قبل الأعضاء (٥ : ١٥٠) .
- ٤ - الانجذاب إلى الفريق ، ويشير إلى رغبة الفرد في التفاعلات الشخصية مع الأعضاء الآخرين في الفريق والرغبة في أنشطة الفريق ، فوجود الفرد في الفريق وتفاعل الأعضاء مع بعضهم البعض يمنح الأعضاء شعوراً بالرضا والسعادة .
- ٥ - وسائل الضبط ، ويشير إلى المزايا التي يمكن للعضو أن يحصل عليها لكونه بالفريق (٣ : ٩٢) .
- ٦ - الفريق كوسيلة لإشباع حاجات الفرد خارجه ، مثل اكتساب مكانة في المجتمع نتيجة الانضمام إلى ذلك الفريق والشعور بالأمن .
- ٧ - الانضمام الاختياري للفريق ، فالفرق التي ينضم إليها الأفراد انضماماً اختيارياً إشباعاً لحاجاتهم يكون تماسكها أكثر من تلك التي تتكون نتيجة لضغط من الضغوط (٨ : ١١٧) .
- ٨ - إن الجماعة تجذب الفرد لها عندما تكون القيادة فيها ديمقراطية وعندما تحقق له مكاسب أدبية ومادية (٣١ : ٢٤) .
- ٩ - تنمية الجماعة لروح الوفاء لأفرادها .
- ١٠ - الهجوم الخارجي يزيد مما لاشك فيه من تماسك الصف الداخلي .
- ١١ - التقويم الخارجي .
- ١٢ - القبول الكامل من جانب الأعضاء لأحكام العرف السائد في الجماعة ومساندة هذا العرف مساندة قوية كاملة .
- ١٣ - سهولة عملية اتخاذ القرارات في داخل الجماعة للوصول إلى الأهداف أو حل المشكلات .
- ١٤ - التجانس الثقافي للأفراد المكونين للجماعة (٥٦) .

مقاييس تماسك الجماعة

- ١ - أن يتحدث العضو عنها بدلاً من أن يتحدث عن نفسه .
- ٢ - الصداقة وهي تدعم تماسك الجماعة وتزيد من قدرتها على تطبيق معايير الجماعة على أفرادها .
- ٣ - خضوع أفراد الجماعة للمعايير التي تحدد قواعد سلوكهم .
- ٤ - احتفاظ الجماعة بتماسكها في أوقات الأزمات .

٥ - المساهمة والانتظام فى نشاط الجماعة (٣١ : ٢٥) .

دور المدرب واللاعب فى تماسك الفريق

يقوم المدرب بدور رئيسى فى تماسك الفريق يتضمن الآتى :

- ١- تفسير الأدوار الفردية فى نجاح الفريق وذلك بوضع خطة ناجحة لكيفية سير الفريق .
- ٢- تنمية الاعتزاز بالنفس لدى اللاعبين .
- ٣- تشجيع هوية الفريق مع الاستمرار فى مناخ الفريق .
- ٤- تجنب تشكيل الأحزاب الاجتماعية .
- ٥- عقد اجتماعات دورية للفريق لحل الصراع .
- ٦- الوعى بالأحداث الشخصية لكل عضو فى الفريق مع مراعاة الفروق الفردية للاعبين .

أما عن دور اللاعب فى تماسك الفريق فيتمثل فى :

- ١- التعرف على زملاء الفريق ومساعدتهم .
 - ٢- تقديم تعزيز ايجابى للزملاء بالفريق .
 - ٣- تحمل المسؤولية .
 - ٤- الاتصال بالمدرب .
 - ٥- بذل الجهد (٢ : ١٦٣ ، ١٦٦) .
 - ٦- يجب أن يتحلى اللاعب بروح الجماعة .
- مشكلات الجماعة وعوامل عدم تماسك الفريق

وعوامل عدم تماسك الفريق الرياضى من المشكلات التى تواجه الجماعة وقد تعرفل دورها وتظهر فى الآتى :

- ١- الشخص السلبى الذى يفتقر إلى الروح المعنوية العالية والذى لايساهم مساهمة ايجابية فى النهوض بالجماعة .
- ٢- الشخص الأنانى الذى يهيمه فى الدرجة الأولى مصلحته الشخصية .
- ٣- الشخص المتسلط الذى لا يؤمن بمبدأ حرية الرأى وتكافؤ الفرص بل ويريد أن يفرض آرائه على الجماعة .
- ٤- عدم فهم أهداف وأغراض الجماعة .
- ٥- عدم إتاحة الفرصة لإظهار وابرار القيادات الجماعية ، وحصر القيادة فى فرد واحد أو عدد قليل من الأفراد .
- ٦- ظهور الشلل (المجموعات) داخل الجماعة .
- ٧- وجود منازعات داخل الجماعة .

- ٨- مشكلة الروتين والإدارة والتنظيم .
- ٩- التنافس الشديد بين الجماعات الذي قد يصل إلى درجة النزاع والصراع يزيل كل أمل في التعاون بين الجماعات.
- ١٠- التنافس الشديد بين الجماعات لأغراض شخصية أو اجتماعية ، وشعور بعض الجماعات بأنها أكثر تفوقاً من غيرها وأن الجماعات الأخرى أقل قدراً منها (٩٦: ٩٨).
- ١١- التقييم المادى غير العادل حيث يجب أن يتم هذا التقييم بصورة عادلة في مقابل الأداء.
- ويرجع ظهور هذه المشكلات إلى وجود بعض العوامل التي تؤدي إلى عدم تماسك الفريق الرياضى والتي تتضمن الآتى :
- ١ - نقص التعاون بين أعضاء الفريق وزيادة حدة التنافس بينهم من أجل تحقيق مكانة في الفريق .
 - ٢ - انعدام التدعيم الموجب للفريق وزيادة التدعيم السالب.
 - ٣ - عدم وجود الضوابط التي تحكم سلوك اللاعبين أثناء التدريب والمنافسات (١ : ١٠٧).
 - ٤ - عدم الشعور بالانتماء للفريق .
 - ٥ - عجز الفريق الرياضى عن تحقيق أهدافه .
 - ٦ - ضعف القيادة في الفريق واستخدام أساليب غير تربوية .
 - ٧ - انهيار سبل الاتصال وعدم فاعليتها سواء بين اللاعبين بعضهم البعض أو بين اللاعبين والمدرّب الرياضى أو بين اللاعبين وإدارة الفريق (٣٥ : ٦٧ ، ٦٨).
 - ٨ - القيادة غير الرشيدة فى الجماعة (الفريق) كالقيادة المتسلطة أو المسيطرة وكذلك القيادة الفوضوية (٣١ : ٢٤).

علاقة السلوك التوكيدى بتماسك الفريق

خلق الله الإنسان وكرمه وجعله خليفته فى الأرض وهياً سبحانه وتعالى له مقومات النجاح وترك له اختيار أفضلها وفقاً لميوله واتجاهاته وقدراته ومواهبه ، فقدرات الإنسان الشخصية ومواهبه الذاتية هى التى تحدد شخصيته ودوره الاجتماعى وينمو هذا الدور عندما يتاح للإنسان قدر من الحرية فى اختيار دوره الاجتماعى بناء على رغبته لا رغبة الغير. وحتى يصل الإنسان إلى هدف تحقيق الذات عليه أن يتجنب

أمريين هما (عبادة الذات - وإنسحاق الذات) وأن يقهر أشد ميوله خطراً وهي (الغرور - الطموح الأعمى - عشق الذات) (٢٣ : ٥٣، ٥٧) .

ويقوم الفرد عادة بسلوك متنوع للبلوغ إلى الهدف فيحاول أخذ نمط إثر نمط من أنماط السلوك لعلها توصله للهدف وإذا ما تحدد مركز كل فرد في الفريق وفي بنيانه يبدأ سلوك الأفراد نحو بعضهم البعض في اتخاذ شكلاً منظماً وكأنه يسير طبقاً لقواعد معينة ويصبح لكل فرد في الفريق دور يحاول به تأكيد مركزه الذي تحدد في الفريق ما يساعد على استمرارية الفريق وتماسكه (٣٥ : ٣٠ - ٣٣) .

كرة اليد

كرة اليد من الألعاب الجماعية التي تتميز بالمنافسة والتفاعل والتعاون الجماعي من أجل الوصول إلى الهدف ويتميز السلوك الحركي فيها بالتنوع والتعدد نظراً لوجود لاعب وخصم وأداة في تفاعل مستمر، لذا يجب أن يتميز لاعب كرة اليد بالخصائص الآتية :

- ١- يجب أن يتميز اللاعب بالإيجابية وأن يكون في احتكاك مستمر به منافسة محاولاً بكل قواه إحباط جميع الخطط الهجومية والدفاعية التي تتم من قبل المنافس .
- ٢- يجب على اللاعب أن يحقق الهدف من الأداء في الوقت المحدد وتحت أي ظروف تعيق أدائه .
- ٣- يجب أن يتميز السلوك الحركي للاعب بالتناسق والدقة والتوقيت السليم بما يتناسب مع موقف الخصوم والزملاء .
- ٤- يجب أن يتم الأداء بسرعة أثناء التحرك والتمرير والتصويب وبدرجة عالية من الفاعلية والإنجاز (٤٢ : ١١ ، ١٩) .
- ٥- يجب أن يكون على درجة عالية من الأداء البدني والمهاري ويتميز بحسن التصرف الخططي .

أهمية كرة اليد للناشئين

- ١- تتميز كرة اليد بالبساطة ولها قيم تربوية وبدنية لا يمكن تجاهلها .
- ٢- تعد كرة اليد من اللعبات المحببة إلى نفوس الشباب لأن الصراع المستمر والمتبادل للحصول على الكرة وكثرة الأهداف المحرزة يجذب الناشئين إلى هذه اللعبة جذباً شديداً .

- ٣- تعتبر كرة اليد وسيلة رياضية مفضلة كرياضة تعويضية لأنواع الرياضات الأخرى .
- ٤- يمكن بسهولة ملاحظة تحسن العادات الأخلاقية والنفسية للناشئين أثناء اللعب.
- ٥- يمكن اعتبار كرة اليد وسيلة ناجحة لتربية الناشئين على التفكير والتصرف الجماعي.
- ٦- توفر كرة اليد وسائل ممتازة تساعد على تربية الناشئين على الاعتماد على النفس . ولها أهمية كبيرة في تكوين الشخصية (٧ : ١٧-٢٢).
- ٧- تعمل كرة اليد على تأكيد وترسيخ السمات الحميدة التي لها انعكاس مباشر على التكوين التربوي للناشئين ، وهي تعد تأكيداً عملياً للعلاقات الاجتماعية والإنسانية بين الناشئين مما يكسبهم كثيراً من القيم الخلقية والتربوية . كما أنها تعتبر مجالاً خصباً لتنمية القدرات العقلية (٢٧ : ١٨) .

مرحلة الناشئين فى كرة اليد وعلاقتها بالسلوك التوكيدى وتماسك الفريق

قد نجد بعض اللاعبين داخل الفريق الرياضى أن لهم اهتمامات وميول واتجاهات مختلفة عن باقى أعضاء الفريق ويسعى كل لاعب منهم لإبراز قدراته ومهاراته وإمكانياته لتأكيد ذاته بتحقيق مكانة عالية ويصبح مميزاً عن غيره من أعضاء الفريق ويتسم سلوكه بذلك بالأنانية ويكون سلوكه سلوك تنافسى .

وكرة اليد من الرياضات الجماعية وقد تختلف اهتمامات ورغبات الناشئين فى الفريق الواحد وقد تتعارض ويكون سلوكهم سلوك تنافسى الأمر الذى يقتضى من المدرب والأخصائى النفسى استخدام الأساليب التربوية لكيفية كبح جماح هذه الرغبات وتوجيهها فى اتجاه واحد لصالح الفريق (٢١ : ١٨٤) . وخضوع سلوكياتهم للقيم والمعايير السائدة فى الفريق (١٠ : ٢٣٩) . مما يساعد على تماسكه حيث أن تماسك الفريق يعبر عن زيادة قوة الروابط فى علاقات أفراده وعن مدى اتحادهم وتركيزهم على السلوك التعاونى وزيادة درجة التكاتف والتضامن من أجل تحقيق أهداف الفريق (٢٦ : ٨٩) .

ثانياً : الدراسات السابقة

قامت الباحثة بالإطلاع على ما سبق إجرائه من دراسات مرتبطة بموضوع بحثها فحصلت على بعض الدراسات تبحث في مجال السلوك التوكيدي وبعضها يبحث في مجال تماسك الفريق ولم تجد في حدود ما توصلت إليه أى دراسة تبحث في المجالين معاً موضوع الدراسة الحالية فقامت بعرض ما استطاعت الحصول عليه من دراسات في ترتيب من الأحدث إلى الأقدم وفقاً للمجالين الآتيين : (دراسات في مجال السلوك التوكيدي - دراسات في مجال تماسك الفريق).

دراسات في مجال السلوك التوكيدي

- ١ - قامت عفاف محمد عبد المنعم (١٩٩٩) (٢٢) بدراسة بعنوان " تأكيد الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية " بهدف الإشارة إلى أهمية تأكيد الذات كمعيار أساسى من معايير الصحة النفسية وكعامل مرتبط بالتحصيل الدراسي وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) تلميذاً. وكأدوات للبحث تم تطبيق اختبار تأكيد الذات لمحمد عبد الظاهر الطيب ، واختبار الدافعية للإنجاز لفاروق عبد الفتاح موسى ودرجات التحصيل الدراسي فى آخر العام وأسفرت أهم النتائج إلى أن :
 - تأكيد الذات ودافعية الإنجاز كليهما يؤثر على التحصيل الدراسي بالنسبة لطلاب المرحلة الإعدادية .
 - هناك علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بتأكيد الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي .

- ٢ - قام محمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٨) (٣٢) بدراسة بعنوان " المهارات الاجتماعية والسلوك التوكيدي والقلق الاجتماعى وعلاقتها بالتوجه نحو مساعدة الآخرين لدى طالبات الجامعة " وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على دور بعض المتغيرات النفسية المتمثلة فى المهارات الاجتماعية والسلوك التوكيدي والقلق الاجتماعى فى سلوك الإيثار والتوجه نحو مساعدة الآخرين لدى عينة من طالبات الجامعة وتكونت عينة الدراسة من (١٤٢) طالبة بكلية التربية بنبوك طبقت عليهن مقياس التوجه نحو مساعدة الآخرين ترجمة وتعريب محمد السيد عبد الرحمن ومحمد

محروس الشناوى (١٩٩٣) ومقياس المهارات الاجتماعية لمحمد السيد عبد الرحمن ومقياس القلق الاجتماعى لمحمد السيد عبد الرحمن وهانم عبد المقصود (١٩٩٤) واختبار السلوك التوكيدى لمحمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٤) وأسفرت أهم النتائج إلى :

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الغريبيين ومتقبلي العطاء وذوى المساندة الداخلية والأنانيين فى كل من التعبير الانفعالى والحساسية الانفعالية والضبط الاجتماعى والدرجة الكلية للمهارات والفروق فى صالح المجموعات الثلاث الأولى مقارنة بمجموعة الأنانية بينما لا توجد فروق بين المجموعات الأربعة فى الأبعاد الأخرى للمهارات .

- وجود فروق بين المجموعات الأربعة فى أبعاد اختبار السلوك التوكيدى : الدفاع عن الحقوق ، التوجيهية ، الاستقلالية ، السعى للقبول والفروق دائماً فى صالح المجموعات الثلاث : الغريبيين ، متقبلي العطاء ، الأنانيين مقارنة بذوى المساندة الداخلية .

- أنه كلما شعر الفرد بالاستقلال والحرية كلما كان لديه فرصة أكبر للعطاء وحب الآخرين .

٣ - قام كلاً من ساراسون Sarason ، بيرس Pierce (١٩٩٠) (٤٧) بدراسة بعنوان " الدعم الاجتماعى وتكوين الشخصية والأداء الرياضى " وقد أثبتت التجارب بالأدلة على أن التشجيع الاجتماعى للفرد يعد عاملاً هاماً فى العمل على تكوين شخصية سوية فى الفرد صحياً ونفسياً ، ومن ثم يتناول هذا البحث فكرتين مرتبطتان بالتشجيع الملموس حيث لهما علاقة بتتمية المهارات والنهوض بالأداء الرياضى ، إحداهما هى التفهم بضرورة التشجيع والأخرى هى إدراك الاستجابة الإيجابية لهذا التشجيع . لذا عرض الباحثون تلك الأساليب التى تؤثر بها هاتان الفكرتان على السلوك الناجم من هذا التشجيع والقدرة الممكنة على تحمل المخاطر والإحساس بمستوى قدرة الفرد على التحكم فى النفس والأداء الحسن .

دراسات فى مجال تماسك الفريق

٤ - قام أيمن صلاح الدين أحمد (٢٠٠٢) (٤) بدراسة بعنوان "المسئولية الاجتماعية لدى الرياضيين (دراسة تحليلية) " بهدف التعرف على العلاقات الاجتماعية داخل الجماعة الرياضية ، ودورها فى التأثير على درجة المسئولية الاجتماعية لدى الرياضيين ، وتكونت عينة الدراسة من (٣٨٠) رياضى من (١٩) رياضة جماعية وفردية مسجلة بالأندية والاتحادات الرياضية بالقاهرة والجيزة بالإضافة إلى (١١٦) طالب من غير الرياضيين من (٧) مدارس . وكأدوات لجمع البيانات تم تطبيق مقياس المسئولية الاجتماعية من إعداد سيد عثمان ومقياس المسئولية الاجتماعية للرياضيين من إعداد الباحث . وأسفرت أهم النتائج إلى :

- تميز الرياضيون عن غير الرياضيين بدرجة أعلى من المسئولية الاجتماعية.
- إرتفاع درجة المسئولية الاجتماعية بارتفاع المستوى الثقافى والاجتماعى والاقتصادى للأندية بينما تنخفض درجة المسئولية الاجتماعية لدى الرياضيين بارتفاع المستوى الاقتصادى للأسرة .
- عدم وجود علاقة إرتباطية بين درجة المسئولية الاجتماعية لدى الرياضيين ومستوى المهارة وبين المستوى الاجتماعى والثقافى للأسرة المتمثلة فى وظيفة الوالد ومؤهله أو الخبرات الرياضية المتمثلة فى عدد سنوات الممارسة الرياضية

٥ - قام كلاً من جاردنر Gardner ، لايت شيلدز Light Shields ، لايت بريديمير Light Bredemeier ، بوستروم Bostrom (١٩٩٦) (٤٤) بدراسة بعنوان " العلاقة بين سلوك المدرب الرياضى ومدى تماسك الفريق " وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة التى تربط بين سلوك قائد الفريق ومدى تماسك أعضاء الفريق فى المدرسة العليا ، تكونت عينة الدراسة من (٣٠٧) لاعب يمثلون (٢٣) فريق رياضى . وأشارت النتائج إلى :

- وجود علاقات ذات دلالة بين سلوكيات المدربين الرياضيين ومدى تماسك أعضاء الفريق ، خاصة المدربين الذين تميزوا بشكل ملحوظ بتفوق في عمليات التدريب . وتوجيه التعليمات بسلوك ديمقراطي مع المساندة والتدعيم الجماعي والقدرة على القيام بالتغذية الراجعة بشكل إيجابي ولا يستخدمون السلوك الاستبدادي المطلق ، فظهر على أعضاء فرقهم تماسكاً وقوة أكثر .

- وجود فروق ذات دلالة بين الجنسين (الذكور والإناث) من اللاعبين الرياضيين ومدى تماسك أعضاء الفريق على الرغم من أن هذه الفروق لا تنقل من التماسك القائم بين العلاقات القيادية .

٦ - قام ماك دونالد **McDonald** (١٩٩٤) (٤٥) بدراسة بعنوان " العلاقة بين قلق المنافسة وتماسك أعضاء الفريق " على عينة مكونة من (١١٣) فرد من الذكور والإناث يمثلون منتخب رياضى لمدرسة عليا للألعاب الرياضية وقد أسفرت هذه الدراسة عن :

- وجود علاقة سلبية بين حالة القلق النفسى وحالة الثقة بالنفس .

كما أشارت نتائج تحليل العلاقة بين القلق النفسى وتماسك أعضاء الفريق والقدرة على تحقيق الأهداف إلى :

- أن القلق النفسى له تأثير سلبى على الأداء .
- أن الجماعات التى تتصف بالثقة بالنفس والتكامل بين الأهداف أكثر إيجابية فى الأداء .

٧ - قام إيشاس **Eichas** (١٩٩٤) (٤٣) بدراسة بعنوان " العلاقات بين أساليب القيادة المعروفة ورضا العضو وتماسك الفريق بفرق كرة السلة بالمدارس العليا " بهدف دراسة الفروق الفردية فى أساليب القيادة المعروفة ورضا العضو وتماسك الفريق ، والاختلافات الفردية فى أساليب القيادة المفضلة ، وتكونت عينة الدراسة من (١٥٦) لاعبي ولاعبات كرة السلة بالمدرسة العليا. وأسفرت أهم النتائج إلى أن :

- رضا العضو كان يبشر بعوامل تماسك الأعضاء ويعقبه تماسك الفريق ويعقبه تماسك القيادة .
- الإناث لديهم مزيداً من التماسك أكثر من الذكور .

٨ - قام كلاً من مارل Murrell ، جرتنر Gaertener (١٩٩٢) (٤٦) بدراسة بعنوان " وحدة وتماسك الفريق الرياضى وتأثير ذلك على نجاحه " بهدف قياس الشخصيات المتألفة والمنسجمة داخل الفريق الرياضى ، وتكونت عينة الدراسة من (٩٤) لاعب كرة قدم يمثلون (٤) مدارس عليا . وأشارت النتائج إلى :

- وحدة الفريق فى حالة الفوز أكثر مما فى حالة الهزيمة وتم مناقشة العوامل التى تؤدى إلى تماسك الفريق الرياضى .

٩ - قام كلاً من وستر Westre ، فايس Weiss (١٩٩١) (٤٨) بدراسة بعنوان " العلاقة بين سلوك المدرب الرياضى وسياسة التدريب وتماسك الفريق الرياضى " بفرق كرة القدم بالمدارس العليا بهدف التعرف على أثر التدريب والتشجيع على تألف فريق كرة القدم . وأشارت النتائج إلى :

- وجود علاقة وثيقة بين سلوكيات التدريب وتماسك الجماعة فى الفريق ترجع إلى أن المدربين كان لهم دور كبير فى الوصول بالفريق إلى:
- مستويات عالية من التألف كروح واحدة بقيامهم بتحقيق درجة عالية من التشجيع الاجتماعى والتدريب والإرشاد وإتباع منهج ديمقراطى فى تدريب الفريق .

١٠ - قام فاروق السيد موسى غازى (١٩٨٣) (٢٥) بدراسة بعنوان " قياس تماسك الفريق الرياضى " وتهدف الدراسة إلى قياس تماسك الفريق الرياضى ودراسة العلاقة بين تماسك جماعة الفريق الرياضى ونتائجه واقتراح بعض التوصيات التى تهدف إلى تقوية وتدعيم التماسك فى جماعة الفريق الرياضى. وتكونت عينة الدراسة من (٣٢٣) لاعب . وكأدوات للبحث تم تطبيق مقياس تماسك الفريق (الصورة النهائية) من تصميم الباحث

- واستمارة استطلاع رأى سوسيوومترية إعداد عصام الهلالي .
 وأسفرت أهم النتائج إلى أن :
- تماسك الفريق الرياضى يمكن قياسه من خلال (٧) عوامل
 هي (جاذبية أعضاء الفريق - جاذبية النادي - الثقة
 بالمدرّب والإدارى - الالتزام بالقيم والمعايير - الولاء
 لأعضاء الفريق - الولاء للنادى - التفاخر بحب الفريق) .
 - هناك علاقة إيجابية بين درجة تماسك الفريق الرياضى
 ونتائجه فى المباريات .
 - عدم وجود فروق بين الأنشطة الرياضيه المختلفه (قدم -
 سلة - طائرة - يد) فى درجة التماسك .

١١- قام محمد إبراهيم محمد أبو عاصى (١٩٨٢) (٣٠) " بدراسة
 سوسيوومترية للقيادة الخطية الهجومية فى كرة اليد " وتهدف
 هذه الدراسة إلى تحديد العلاقة بين الجانب الاجتماعى - الانفعالى
 والجانب الخطى الهجومى فيما يختص بمجال القيادة فى كرة
 اليد وتكونت عينة الدراسة من (٣) فرق وهى (نادى غزل شبين
 الكوم ، نادى سموحة الرياضى ، النادى الأولمبى) من بين (١٢)
 فريق من الأندية المشتركة فى بطولة الدورى الممتاز لكرة اليد
 خلال الموسم الرياضى (٧٩-١٩٨٠) ، طبق عليهم الاختبار
 السوسيوومتري والملاحظة الميدانية . وأسفرت أهم النتائج إلى :

- وجود ارتباط بين حجم القيادة الخطية وكفاءتها فى
 المستويات الثلاث (عالى - متوسط - منخفض) الخاصة
 بفرق كرة اليد . وأشار إلى أنه لا بد من توافر السمات
 والخصائص اللازمة لرئيس الفريق لتأهيله لقياده المواقف
 الخطية خلال المباريات .

١٢- قام عبد الفتاح محمد عبدالله (١٩٧٩) (١٧) بدراسة بعنوان
 "العلاقة بين البناء السوسيوومتري للفريق ببعض المحركات
 الخطية الهجومية (دراسة كشفية فى كرة اليد) " وتهدف هذه
 الدراسة إلى دراسة العلاقات الشخصية للاعبين والعمل
 التكتيكي فى الملعب وتكونت عينة الدراسة من اختيار (٣) فرق
 وهى (نادى سبورتنج - ناى سموحة - النادى الأولمبى) من

- الفرق المشتركة فى الدورى الممتاز لكرة اليد لموسم المباريات (٧٧ - ١٩٧٨) بطريقة الانتقاء حسب المستوى المحقق (عالى - متوسط - منخفض) خلال هذا الموسم طبق عليهم الاختبار السسيومتري ، والملاحظة الميدانية . وأسفرت أهم النتائج إلى :
- وجود ارتباط شامل بين حجم علاقات اللاعبين السسيومترية وحجم تعاونهم وتفاعلهم فى اللعب .
 - وجود ارتباط شامل بين علاقة اللاعبين السسيومترية والكفاءة التكتيكية فى اللعب تظهر فى المستوى العالى وتختفى كلما انخفض المستوى .

التعليق على الدراسات السابقة

- أجريت الدراسات السابقة فى الفترة من عام ١٩٧٩ - ٢٠٠٢ .
- الأهداف

اختلفت الأهداف فى الدراسات وظهرت كالاتى :

بالنسبة للسلوك التوكيدى

- الإشارة إلى أهمية تأكيد الذات كمعيار أساسى من معايير الصحة النفسية وكعامل مرتبط بالتحصيل الدراسى (٢٢) .
- التعرف على دور بعض المتغيرات النفسية المتمثلة فى المهارات الإجتماعية والسلوك التوكيدى والقلق الإجتماعى فى سلوك الإيثار والتوجه نحو مساعدة الآخرين (٣٢) .
- التعرف على أثر الدعم والتشجيع على تحسن الأداء الرياضى (٤٧) .

بالنسبة لتماسك الفريق

- التعرف على سلوك المدرب الرياضى وسياسة التدريب وأساليب القيادة المفضلة وعلاقتها بالتماسك (٤٣) ، (٤٤) ، (٤٨) .
- قياس وفاعلية تماسك الفريق وتأثير ذلك على نجاحه وأدائه (٢٥) ، (٤٦) .
- معرفة العلاقة بين قلق المنافسة وتماسك أعضاء الفريق (٤٥) .
- دراسة العلاقات داخل الجماعة الرياضية وتأثير ذلك على تعاونهم وتفاعلهم فى اللعب وأداء أدوارهم المطلوبه منهم (٤) ، (١٧) .

المنهج

استخدمت جميع الدراسات السابقة المنهج الوصفي (الدراسات المسحية) فيما عدا دراسة ساراسون وبيرس (٤٧).
العينة

اشتملت العينات على الرياضيين وغير الرياضيين من المراحل الدراسية (إعدادى - ثانوى - جامعة) وتراوح عددهم بين (٩٤ - ٤٠٠).

أدوات جمع البيانات المستخدمة

تنوعت أدوات جمع البيانات المستخدمة في الدراسات وظهرت على النحو التالى :

بالنسبة للسلوك التوكيدى

تم استخدام إختبار تأكيد الذات وإختبار دافعية الإنجاز فى دراسة (٢٢) بينما تم استخدام مقياس التوجه نحو مساعدة الآخرين ومقياس المهارات الإجتماعية ومقياس القلق الإجتماعى وإختبار السلوك التوكيدى (٣٢).

بالنسبة لتماسك الفريق

استخدمت بعض الدراسات الإختبار السسيومتري مثل دراسة (٣٠) ، (١٧) ، بينما استخدمت بعض الدراسات مقاييس مختلفة لتماسك الفريق من تصميم الباحثين مثل دراسة (٢٥) ، (٤٣) ، (٤٤) ، (٤٥) ، (٤٦). بينما استخدمت دراسة (٤) مقياس المسؤولية الإجتماعية .

أهم النتائج

اختلفت النتائج فى الدراسات وظهرت كالاتى :

بالنسبة للسلوك التوكيدى

- يؤثر كل من تأكيد الذات ودافعية الإنجاز على التحصيل الدراسى بالنسبة لطلاب المرحلة الإعدادية (٢٢) .
- كلما شعر الفرد بالإستقلال والحرية كلما كان لديه فرصة أكبر للعطاء وحب الآخرين (٣٢).
- التشجيع الإجتماعى للفرد يعد عاملاً هاماً فى العمل على تكوين شخصية سوية فى الفرد صحياً ونفسياً ويساعد على تنمية مهاراته والنهوض بالأداء الرياضى (٤٧).

بالنسبة لتماسك الفريق

- ظهر على أعضاء فرق المدربين الذين يستخدمون الأسلوب الديمقراطي في تدريب الفريق تماسكاً وقوة وكان لهم دور كبير في الوصول بالفريق إلى مستويات عالية من التآلف كروح واحدة مثل دراسة (٤٣) ، (٤٤) ، (٤٨).
- وجود علاقة إيجابية بين تماسك الفريق الرياضي ونتائجه في المباريات (٢٥) .
- وحدة الفريق في حالة الفوز أكثر من الهزيمة (٤٦).

الاستفادة من الدراسات السابقة

- ١- تحديد مشكلة وأهمية البحث والحاجة إليه .
- ٢- مساعدة الباحثة في جمع القراءات النظرية الخاصة بالدراسة .
- ٣- اختيار المنهج العلمي المناسب للدراسة وهو المنهج الوصفي (الدراسات المسحية) .
- ٤- سوف تستخدم نتائج الأبحاث السابقة في مناقشة نتائج دراستها.